e-ISSN: 2685-9092
DOI: 10.35747/ph.v7i1.1142
Vol. 7, No. 1, May 2025, 33–42

Concern about the future: Climate change perception predicts eco-anxiety among young generations in Indonesia

Benita Triana Ardianto[1], *Bartolomeus Yofana Adiwena[1], Siswanto[1]
[1]Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Katolik Soegijapranata
*Corresponding author: adiwena@unika.ac.id

Received 17 January 2025 Accepted 28 April 2025 Published 7 May 2025

ABSTRACT

Environmental problems or ecological crises are the problems that we are currently facing and need our special attention. Environmental problems are often followed by environmental anxiety or eco-anxiety. Like anxiety in general, environmental anxiety can cause various negative impacts on humans. This study aimed to determine the relationship between climate change perceptions and eco-anxiety among people in Indonesia who are in early adulthood. This study used a quantitative approach with 165 respondents. Respondents were selected using the incidental sampling method. Data collection was carried out online using the Climate Change Perception Scale (CCPS) and the Hogg Environmental Anxiety Scale (HEAS-13), which have been adapted into Indonesian language. This study hypothesized that climate change perception predicts eco-anxiety in early adulthood. Data analysis using linear regression showed that the hypothesis was accepted, climate change perception significantly predicts eco-anxiety in young people ($b^* = 0.282$; $b = 0.212$; $p < 0.01$). However, additional analysis showed that some aspects of climate change perception were not associated with eco-anxiety. The implications of this study for policy and public mental health are discussed.

Keywords: *climate change, climate change perception, early adulthood, eco-anxiety*

ABSTRAK

Krisis lingkungan atau krisis ekologis merupakan permasalahan yang kita hadapi saat ini dan perlu mendapatkan perhatian khusus. Permasalahan lingkungan sering kali diikuti oleh kecemasan lingkungan atau *eco-anxiety*. Layaknya kecemasan pada umumnya, kecemasan lingkungan dapat menimbulkan berbagai dampak negatif bagi manusia. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara persepsi perubahan iklim dengan kecemasan lingkungan pada generasi muda di Indonesia. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan 165 responden. Pemilihan sampel menggunakan metode *incidental sampling* terhadap generasi muda di Indonesia. Pengumpulan data dilakukan secara daring menggunakan *Climate Change Perception Scale* (CCPS) dan *The Hogg Environmental Anxiety Scale* (HEAS-13) yang telah diadaptasi ke dalam bahasa Indonesia. Hipotesis penelitian ini adalah persepsi perubahan iklim memprediksi kecemasan lingkungan pada generasi muda. Analisis data menggunakan regresi linear menunjukkan bahwa hipotesis diterima, yaitu persepsi perubahan iklim secara signifikan memprediksi kecemasan lingkungan pada generasi muda ($b = 0.282$; $b^* = 0.212$; $p < 0.01$). Namun demikian, analisis tambahan menunjukkan beberapa aspek persepsi perubahan iklim tidak berhubungan dengan kecemasan lingkungan. Implikasi penelitian ini terhadap kebijakan dan kesehatan mental masyarakat didiskusikan lebih lanjut.

Kata kunci: generasi muda, kecemasan lingkungan, persepsi perubahan iklim, perubahan iklim

PENDAHULUAN

Krisis lingkungan atau krisis ekologis merupakan permasalahan yang dihadapi oleh seluruh makhluk hidup, khususnya manusia (Kelly, 2017; Ojala et al., 2021). Intergovernmental Panel on Climate Change (2023) menyatakan bahwa laju kerusakan lingkungan dan perubahan iklim terus

© The Author(s) 2025. This article is licensed under a Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License.

e-ISSN: 2685-9092
DOI: 10.35747/ph.v7i1.1142
Vol. 7, No. 1, May 2025, 33–42

meningkat dan diperkirakan kenaikan suhu bumi akan mencapai 1.5 derajat Celsius dalam dua dekade mendatang. Menurut laporan Badan Nasional Penanggulangan Bencana (2024), telah terjadi sebanyak 1478 kasus bencana di Indonesia sepanjang tahun, yang mayoritasnya adalah bencana hidrometeorologi yang sangat terkait dengan perubahan iklim. Kondisi lingkungan sangat tergantung pada perilaku manusia dalam mengelola kondisi lingkungan itu sendiri (Shin et al., 2022; Stern & Kaufmann, 2014). Berbagai bencana dan permasalahan lingkungan ini menunjukkan bahwa manusia perlu semakin waspada dan memperhatikan isu atau permasalahan perubahan iklim.

Permasalahan lingkungan di sekitar manusia sering kali diikuti oleh munculnya *eco-anxiety* atau kecemasan lingkungan (Ojala et al., 2021). Menurut Pihkala (2018), kecemasan lingkungan merupakan kumpulan emosi dan keadaan mental yang timbul dari kondisi lingkungan dan pengetahuan tentangnya. Sementara itu, Clayton (2020) mengungkapkan bahwa kecemasan lingkungan merupakan ketakutan yang terkait dengan informasi lingkungan yang terjadi secara lebih umum. Kecemasan lingkungan merupakan respons psikologis seseorang terhadap permasalahan yang terjadi di lingkungan seperti pemanasan global, perubahan iklim, penipisan sumber daya, kepunahan spesies, dan degradasi ekologis yang ditandai dengan munculnya kecemasan dan stres (Kricorian & Turner, 2022). Menurut Helm et al. (2018), kecemasan lingkungan akibat ketidakpastian perubahan lingkungan alam dapat menimbulkan kekhawatiran yang kronis dan melemahkan individu. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa kecemasan lingkungan merupakan kecemasan yang muncul sebagai bentuk respons psikologis atas permasalahan lingkungan seperti pemanasan global, perubahan iklim, kepunahan (spesies tumbuhan dan hewan), banyaknya bencana alam, polusi global, maupun penggundulan hutan.

Fenomena kecemasan lingkungan ternyata dirasakan oleh banyak masyarakat dunia dan Indonesia, terutama kaum muda. Card (2022) menuliskan bahwa sebanyak 68% orang kaum muda merasakan “sedikit” kecemasan lingkungan dan 48% dari mereka melaporkan bahwa perubahan iklim berdampak langsung pada kehidupan dan fungsi sehari-hari mereka. Di Indonesia, survei oleh lembaga swadaya masyarakat Madani pada 1040 responden dengan usia 16–38 tahun, menemukan bahwa 27.4% responden mengaku resah dalam menghadapi perubahan iklim (Maulana, 2024). Selaras dengan itu, hasil survei yang dilakukan Yayasan Indonesia Cerah (2020) dengan 8374 responden juga menunjukkan bahwa sekitar 90% orang muda khawatir atau sangat khawatir tentang dampak krisis iklim. Mini survei yang kami lakukan di Jawa Tengah juga selaras dengan temuan sebelumnya, di mana sebanyak 76.31% responden merasakan kecemasan akan kerusakan lingkungan, sedangkan 9.87% responden tidak merasakan kecemasan lingkungan, dan 13.82% responden merasakan adanya kemungkinan mengalami kecemasan lingkungan.

Layaknya kecemasan secara umum (*general anxiety*), berbagai literatur menunjukkan bahwa kecemasan lingkungan dapat menimbulkan berbagai dampak bagi manusia. Kecemasan lingkungan dapat berdampak negatif bagi manusia, seperti menyebabkan PTSD, depresi, gangguan tidur, menimbulkan perasaan tidak berdaya, rasa hilang harapan, dan kewalahan (Clayton, 2020; Kurth & Pihkala, 2022). Namun demikian, di sisi lain kecemasan lingkungan dapat berdampak positif dengan menjadi alarm bagi manusia untuk menumbuhkan hubungan yang positif antara manusia dengan alam, dan membuat manusia lebih peduli serta mengelola lingkungan di sekitarnya sebaik mungkin (Kricorian & Turner, 2022; Kurth & Pihkala, 2022). Ketika seseorang dapat mengelola kecemasan lingkungan dengan baik, maka dia dapat mengambil tindakan untuk lebih menjaga lingkungan sekitar, seperti mengurangi penggunaan energi, melakukan daur ulang, menggunakan transportasi umum, menumbuhkan motivasi dan ketertarikan untuk menjadi sukarelawan dan/atau memberikan sumbangan pada organisasi lingkungan (Kricorian & Turner, 2022; Léger-Goodes et al., 2022).

Kecemasan lingkungan memiliki empat aspek, yaitu *affective symptoms*, *rumination*, *behavioural symptoms*, dan *anxiety about personal impact* (Hogg et al., 2021). *Affective symptoms* merupakan rangkaian gejala (misalnya perasaan gugup, cemas, atau gelisah) yang muncul ketika seseorang berpikir mengenai perubahan iklim. *Rumination* diartikan sebagai pola berpikir berulang pada suatu hal yang sama dan membuat seseorang mengalami kekhawatiran dan memikirkan hal tersebut terus-menerus. *Behavioural symptoms* dimaknai sebagai rangkaian gejala yang muncul dan dapat terlihat melalui perilaku seseorang ketika dirinya mengalami kecemasan lingkungan.

© The Author(s) 2025. This article is licensed under a Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License.

e-ISSN: 2685-9092
DOI: 10.35747/ph.v7i1.1142
Vol. 7, No. 1, May 2025, 33–42

Terakhir, *anxiety about personal impact* merupakan pemikiran seseorang bahwa perilakunya dapat memberikan dampak pada bumi atau lingkungan tempat tinggal.

Terdapat beberapa faktor yang menyebabkan terjadinya kecemasan lingkungan. Pihkala (2021) berpendapat bahwa kecemasan lingkungan dapat dipicu oleh hilangnya keanekaragaman hayati (*loss of biodiversity*), perubahan iklim (*climate change*), dan hilangnya spesies dan tempat tertentu (*loss of certain species and places*). Selain itu, kecemasan lingkungan juga dapat disebabkan adanya pengalaman langsung seseorang ketika menjadi korban bencana alam ataupun pertimbangan atas risiko di masa depan akibat rusaknya lingkungan yang dapat memicu terjadinya bencana alam (Prabandari, 2021; Rosanti, 2023; Susetyo, 2022). Kecemasan lingkungan juga dapat dipicu oleh berita yang tersebar di media, dan pengalaman secara langsung atau berasal dari orang lain dapat memicu terjadinya bias kognitif dan emosional (Bloodhart et al., 2015; Clayton et al., 2015; Rosanti, 2023). Pihkala (2021) mengatakan bahwa bentuk kecemasan lingkungan yang paling umum disebabkan oleh perubahan iklim. Di sisi lain, beberapa peneliti meyakini bahwa persepsi merupakan konsep penting yang terkait dengan kecemasan, termasuk kecemasan lingkungan (Coffey et al., 2021; Ningrum & Suprihatin, 2019). Oleh karena itu, peneliti ingin menguji secara empiris apakah *climate change perception* memiliki hubungan dengan kecemasan lingkungan, karena persepsi sendiri berperan penting terhadap kecemasan individu.

Climate change perception atau persepsi perubahan iklim merupakan suatu landasan dalam mengatasi isu perubahan iklim, karena persepsi dapat memotivasi seseorang untuk mengambil tindakan nyata untuk mengatasi perubahan iklim (Yu et al., 2013). Persepsi perubahan iklim didefinisikan sebagai persepsi dan keyakinan mengenai bagaimana aktivitas manusia berkontribusi terhadap perubahan iklim dan konsekuensi, lokasi, serta waktu kejadian yang terkait (Brügger et al., 2015; Van Valkengoed et al., 2021). González-Hernández et al. (2023) berpendapat bahwa persepsi perubahan iklim merupakan suatu hal menarik guna memahami bagaimana seseorang merespons dan bertindak pada perubahan iklim yang terjadi. Orang-orang yang skeptis terhadap perubahan iklim cenderung tidak mematuhi saran ramah lingkungan atau menanggapi seruan untuk bertindak, begitu pun sebaliknya (Adiwena & Bramanwidyantari, 2024). Persepsi perubahan iklim merupakan proses kompleks yang di dalamnya mencakup konstruksi psikologis seperti pengetahuan, keyakinan, sikap, dan perhatian tentang jika dan bagaimana iklim berubah (Whitmarsh & Capstick, 2018). Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa persepsi perubahan iklim meliputi pengetahuan, keyakinan, sikap dan perhatian, yang membuat individu termotivasi untuk bertindak dan merespons perubahan iklim yang terjadi.

Van Valkengoed ert al. (2021) menyusun konstruk persepsi perubahan iklim dengan lima aspek, yaitu *reality of climate change*, *causes of climate change*, *valence of consequence*, *spatial distance*, dan *temporal distance*. *Reality of climate change* merupakan keyakinan individu terhadap realitas terjadinya perubahan iklim yang terjadi. *Causes of climate change* merupakan keyakinan individu mengenai penyebab dari terjadinya perubahan iklim. *Valence of consequence* merupakan keyakinan individu akan konsekuensi dari perubahan iklim, berkisar dari konsekuensi positif hingga negatif. *Spatial distance* merupakan keyakinan individu bahwa konsekuensi dari perubahan iklim dapat terjadi di lingkungan sekitarnya maupun lingkungan yang jauh dari individu tersebut. Adapun *temporal distance* merupakan keyakinan individu akan konsekuensi dari perubahan iklim yang akan segera terjadi atau akan terjadi di masa yang akan datang.

Terdapat beberapa penelitian tentang persepsi perubahan iklim dan kecemasan lingkungan. Penelitian sebelumnya yang dilakukan Kelly (2017) menunjukkan bahwa tingkat ketakutan dan kecemasan terkait perubahan iklim ternyata berbeda secara signifikan antara mahasiswa di jurusan lingkungan dan non-lingkungan. Mahasiswa jurusan lingkungan cenderung punya ketakutan dan kecemasan atas perubahan iklim yang lebih tinggi dibanding kelompok jurusan non-lingkungan. Asumsinya, mahasiswa jurusan lingkungan lebih paham tentang isu lingkungan dan punya persepsi perubahan iklim yang lebih tinggi dibandingkan mahasiswa yang tidak berkutat dalam isu lingkungan. Oleh karena itu, penelitian tersebut mengindikasikan bahwa terdapat peran pemahaman atau persepsi seseorang dalam ketakutan atau kecemasan lingkungan yang dirasakannya. Menurut Budziszewska dan Jonsson (2021), penerimaan atau penyangkalan terhadap realitas perubahan

© The Author(s) 2025. This article is licensed under a Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License.

e-ISSN: 2685-9092
DOI: 10.35747/ph.v7i1.1142
Vol. 7, No. 1, May 2025, 33–42
PSΨCHO Holistic

iklim dapat berpengaruh pada kesadaran seseorang akan lingkungan dan reaksi emosionalnya atas kerusakan lingkungan (seperti frustrasi, ketidakberdayaan, rasa bersalah, dan kecemasan). Keyakinan seseorang bahwa perubahan iklim dapat membawa konsekuensi tertentu, baik konsekuensi positif atau negatif, akan disertai dengan kesadaran bahwa konsekuensi tersebut, khususnya negatif, dapat menimpa dirinya juga dan membuatnya merasa takut atau cemas dengan potensi tersebut (Helm et al., 2018). Ditemukan juga bahwa persepsi *temporal distance* seseorang atas perubahan iklim atau kerusakan lingkungan dapat memicu emosi negatif seperti kemarahan, rasa bersalah, kesedihan, depresi, serta gangguan kecemasan (Rinaldi et al., 2017).

Pihkala (2020) mengungkapkan bahwa masih sangat sedikit penelitian yang membahas mengenai bentuk kecemasan yang berkaitan dengan krisis lingkungan atau ekologis, termasuk kecemasan lingkungan. Selain itu, persepsi perubahan iklim juga merupakan konstruk yang tergolong baru, khususnya dalam konteks masyarakat Indonesia. Sebagian besar penelitian tentang persepsi perubahan iklim dan kecemasan lingkungan berfokus pada negara-negara WEIRD (*western*, *educated*, *industrialized*, *rich*, *and democratic*), dan masih sedikit perhatian pada negara berkembang seperti Indonesia (Clayton & Karazsia, 2020; Hickman et al., 2021). Padahal negara-negara berkembanglah yang sangat rentan terhadap dampak perubahan iklim (seperti banjir, kenaikan permukaan laut, dan kebakaran hutan). Persepsi dan kecemasan lingkungan mungkin berbeda di masyarakat dengan konteks sosial-ekonomi, budaya, dan paparan bencana yang berbeda. Selain itu, penelitian tentang kecemasan lingkungan cenderung bersifat umum dan kurang memperhatikan kelompok rentan seperti anak-anak, remaja, masyarakat adat, atau komunitas pesisir yang langsung terdampak perubahan iklim. Persepsi mereka terhadap perubahan iklim dan dampak psikologisnya mungkin berbeda karena paparan langsung terhadap bencana lingkungan. Studi oleh Hickman et al. (2021) menemukan bahwa anak muda mengalami kecemasan iklim yang signifikan dibanding kelompok usia lainnya.

Melihat berbagai kesenjangan penelitian dan alasan tersebut, penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui secara empiris hubungan antara persepsi perubahan iklim dan kecemasan lingkungan pada generasi muda di Indonesia, sekaligus untuk mengembangkan pemahaman yang lebih mendalam tentang kecemasan lingkungan dan persepsi perubahan iklim. Hipotesis yang diajukan adalah persepsi perubahan iklim memprediksi kecemasan lingkungan pada generasi muda. Dengan terbentuknya pemahaman yang lebih mendalam mengenai persepsi perubahan iklim dan kecemasan lingkungan, diharapkan semakin banyak orang dan pemangku kepentingan dapat mengambil tindakan untuk merespons perubahan iklim yang terjadi.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif korelasional dengan dua variabel. Kami menetapkan persepsi perubahan iklim sebagai variabel prediktor dan kecemasan lingkungan sebagai variabel tergantung. Populasi dalam penelitian ini merupakan generasi muda di Indonesia dengan kriteria sampel berupa pria dan wanita yang masih menempuh pendidikan maupun telah bekerja dengan rentang usia 18 sampai 30 tahun, serta berdomisili di Indonesia. Kami menggunakan metode *incidental sampling* dalam pengambilan sampel penelitian.

Pengambilan data penelitian dilakukan secara daring dengan cara menyebarkan kuesioner pada media sosial seperti Instagram, WhatsApp, dan Line. Pengambilan data dilaksanakan selama 11 hari dan didapatkan total responden sebanyak 165 responden (M = 23.3 tahun; SD = 4.53) dengan rincian responden wanita sebanyak 98 orang (59%) dan pria sebanyak 67 (41%). Data demografis lebih lengkap kami sajikan di Tabel 1.

Terdapat dua skala yang digunakan, yaitu *Climate Change Perception Scale* (CCPS) untuk mengukur persepsi perubahan iklim dan *The Hogg Environmental Anxiety Scale* (HEAS-13) untuk mengukur kecemasan lingkungan. Pada halaman awal kuesioner, partisipan diberikan *informed consent* yang dilengkapi dengan penjelasan mengenai proses pengambilan data dan dampak fisik maupun psikologis yang mungkin timbul dari penelitian ini.

© The Author(s) 2025. This article is licensed under a Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License.

e-ISSN: 2685-9092
DOI: 10.35747/ph.v7i1.1142
Vol. 7, No. 1, May 2025, 33–42
PSΨCHO Holistic

CCPS dikembangkan oleh Van Valkengoed et al. (2021), terdiri dari lima aspek dan 15 butir pertanyaan skala Likert yang bergerak dari angka 1 (sangat tidak setuju) sampai angka 7 (sangat setuju). CCPS telah diadaptasi ke dalam bahasa Indonesia oleh Adiwena dan Bramanwidyantari (2024). Contoh item CCPS adalah "kegiatan manusia adalah penyebab utama perubahan iklim" dan "perubahan iklim akan menyebabkan dampak-dampak negatif yang serius".

Tabel 1. Data Demografis Responden

Variabel	Frekuensi	Persentase
Domisili		
Jawa Tengah	96	58
Sumatera	10	6
Jawa Timur	9	5
Jabodetabek	17	10
Jawa Barat	9	5
Bali	3	2
Yogyakarta	4	2
Kalimantan	6	4
Sulawesi	4	2
Papua	7	4
Pendidikan		
SMA/sederajat	75	45.4
Diploma atau Sarjana	84	50.9
Magister atau Doktoral	6	3.7
Pekerjaan		
Bekerja	89	54
Masih sekolah	76	46

HEAS-13 dikembangkan oleh Hogg et al. (2021) dan diadaptasi oleh peneliti dengan prosedur *back to back translating* serta *expert judgement* dan metode *Aiken’s V* untuk menjamin validitas item dalam penerjemahan. HEAS-13 terdiri dari 13 butir pertanyaan dan menggunakan skala Likert yang bergerak dari angka 0 (tidak sama sekali) sampai 3 (hampir selalu). Contoh item HEAS-13 adalah "tidak dapat berhenti memikirkan perubahan iklim di masa depan dan masalah lingkungan global lainnya" dan "merasa cemas mengenai dampak perilaku pribadi Anda terhadap bumi".

Pengujian daya beda aitem dan estimasi reliabilitas kedua alat ukur dilakukan dengan metode *corrected item-total correlation* (CIRT) dan *Cronbach's Alpha*. Dalam uji daya beda aitem dan reliabilitas dengan data terpakai, seluruh butir dan aspek CCPS memenuhi standar daya beda aitem dan reliabilitas yang ditetapkan, sehingga seluruh butir tersebut dapat digunakan. Dalam analisis atas butir-butir CCPS, rentang CIRT berkisar antara 0.30–0.64 dengan *Cronbach's Alpha* sebesar 0.859. Untuk alat ukur HEAS-13, seluruh butir juga memiliki daya beda yang baik dengan rentang CIRT berkisar dari 0.56–0.73 dan *Cronbach's Alpha* sebesar 0.918. Uji hipotesis penelitian ini dilakukan dengan korelasi Pearson dan dilanjutkan analisis linear regresi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Sebelum melakukan uji hipotesis, kami melakukan uji korelasi *Pearson Product Moment* untuk kedua variabel. Hasilnya menunjukkan terdapat korelasi yang lemah namun signifikan antara persepsi perubahan iklim dengan kecemasan lingkungan (r = 0.282; p < 0.01). Uji hipotesis menggunakan analisis regresi linear menunjukkan bahwa persepsi perubahan iklim secara signifikan memprediksi kecemasan lingkungan pada generasi muda (b^* = 0.282; b = 0.212 ; p < 0.01. Persamaan regresi yang dihasilkan adalah Y = -5.191 + 0.212X. Persepsi perubahan iklim menyumbang sebesar 8% proporsi varians kecemasan lingkungan (R^2 = 0.08; F[1,163] = 14.11; p < 0.05).

Analisis daya (*power analysis*) dilakukan menggunakan aplikasi *G*Power*. Dengan satu prediktor berupa persepsi perubahan iklim, R^2 sebesar 0.08, tingkat probabilitas 0.05, dan ukuran sampel 165, daya statistik (*statistical power*) yang diperoleh adalah 1.00. Dengan demikian, hasil

© The Author(s) 2025. This article is licensed under a Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License.

e-ISSN: 2685-9092
DOI: 10.35747/ph.v7i1.1142
Vol. 7, No. 1, May 2025, 33–42

penelitian ini memiliki daya statistik yang sangat memadai untuk memadai untuk mendeteksi efek yang diharapkan.

Untuk memperkaya temuan penelitian ini, kami juga melakukan pengujian korelasi antara setiap aspek CCPS dengan total skor HEAS-13 yang dapat dilihat pada Tabel 2. Hasil analisis korelasi menunjukkan bahwa dua dari lima aspek persepsi perubahan iklim tidak berkorelasi signifikan dengan kecemasan lingkungan. Aspek yang tidak berkorelasi dengan kecemasan lingkungan adalah aspek *reality of climate change* (r = 0.087; p = 0.264) dan aspek *temporal distance* (r = 0.066; p = 0.400). Selain itu, kami juga meninjau kecemasan lingkungan berdasarkan beberapa variabel demografi. Hasilnya, variabel usia tidak berkorelasi dengan kecemasan lingkungan (r = -0.06; p = 0.475), tidak ada perbedaan kecemasan lingkungan apabila ditinjau berdasarkan jenis kelamin (t[163] = 0.38; p = 0.202), maupun jika ditinjau dari pekerjaannya (t[163] = 0.39; p = 0.233).

Tabel 2. Hasil Korelasi Aspek CCPS dan HEAS-13

Variabel	*M*	*SD*	1	2	3	4	5	6
Reality of climate change	18.41	2.44	-					
Causes of climate change	16.47	3.47	0.358**	-				
Valence of consequence	15.38	3.39	0.302**	0.557**	-			
Spatial distance	16.37	3.20	0.401**	0.465**	0.553**	-		
Temporal distance	14.48	4.23	0.153*	0.075	0.293**	0.174*	-	
Kecemasan lingkungan	11.97	8.51	0.087	0.164*	0.318**	0.332**	0.066	-

Keterangan. *M* = rata-rata; *SD* = deviasi standar; *p < 0.05 (*1-tailed*); **p < 0.01 (*1-tailed*)

Hasil penelitian ini menolak hipotesis nol. Dengan kata lain, kami menerima hipotesis alternatif yang menyatakan persepsi perubahan iklim dapat memprediksi kecemasan lingkungan pada generasi muda. Penelitian ini menemukan bahwa semakin tinggi persepsi perubahan iklim yang dimiliki oleh seseorang (semakin individu tersebut sadar dengan perubahan iklim yang terjadi), maka akan semakin tinggi pula tingkat kecemasan lingkungan pada seseorang tersebut dan begitu juga sebaliknya.

Hasil penelitian ini selaras dengan penelitian Clayton (2020) dan Pihkala (2021) yang juga menemukan bahwa perubahan iklim merupakan bentuk paling umum yang menyebabkan kecemasan lingkungan. Selain itu, hasil penelitian ini juga sesuai dengan temuan Ningrum dan Suprihatin (2019) bahwa persepsi memiliki peran yang signifikan terhadap kecemasan individu. Penelitian ini menguatkan penelitian sebelumnya bahwa kecemasan yang terkait dengan persepsi perubahan iklim dapat dirasakan oleh individu yang mengalami dampak perubahan iklim secara langsung maupun individu yang tidak mengalami dampak perubahan iklim secara langsung.

Salah satu teori yang dapat digunakan untuk menganalisis hubungan antara persepsi perubahan iklim dan kecemasan lingkungan adalah *Protection Motivation Theory* (PMT) yang dikembangkan oleh Rogers (1975) dan Balla dan Hagger (2025). Teori ini menjelaskan bagaimana seseorang merespons ancaman berdasarkan dua proses, yaitu penilaian ancaman (*threat appraisal*) dan penilaian koping (*coping appraisal*). Penilaian ancaman mencakup persepsi tentang keparahan dan kerentanan terhadap ancaman, sedangkan penilaian koping mencakup keyakinan tentang kemampuan untuk mengatasi ancaman tersebut. Berdasarkan teori ini, kecemasan seseorang dapat muncul ketika ancaman dianggap serius, namun individu tersebut merasa tidak mampu mengatasinya (efikasi diri rendah). Kecemasan sangat mudah muncul dalam kasus perubahan iklim dan kerusakan lingkungan karena permasalahan ini sangat kompleks dan individu tidak mampu mengendalikan kondisi tersebut sendirian. Dengan kata lain, saat individu memandang perubahan iklim sebagai ancaman serius dan mengancamnya, namun dia merasa tidak berdaya untuk mencegah atau mengurangi, kecemasan lingkungan akan meningkat.

Meskipun persepsi perubahan iklim secara umum berkorelasi dengan kecemasan lingkungan, namun ternyata aspek *reality of climate change* dan *temporal distance* tidak berkorelasi dengan kecemasan lingkungan. Temuan ini tentunya menarik dan patut diteliti lebih lanjut. Salah satu penjelasan untuk temuan ini adalah individu yang mempercayai perubahan iklim mungkin saja menggunakan penyangkalan atau rasionalisasi untuk mengurangi ketegangan psikologis atau kecemasannya (Gifford, 2011). Selain itu, tidak signifikannya hubungan antara aspek *reality of*

© The Author(s) 2025. This article is licensed under a Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License.

e-ISSN: 2685-9092
DOI: 10.35747/ph.v7i1.1142
Vol. 7, No. 1, May 2025, 33–42

climate change dan *temporal distance* dengan kecemasan lingkungan dapat menjadi indikasi bahwa kesadaran seseorang tentang terjadinya perubahan iklim tidak serta-merta menimbulkan respons tertentu pada dirinya. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa kedekatan dengan alam ternyata tidak berhubungan dengan perilaku membuang sampah (Agatha et al., 2024) serta sikap positif terhadap pemilahan sampah juga tidak berhubungan dengan perilaku memilah sampah (Chaerunnissa et al., 2020).

Temuan ini juga membuka kemungkinan bahwa respons seseorang, termasuk kecemasan lingkungan sangat tergantung pada dampak aktual yang dirasakan oleh seseorang, tidak cukup hanya persepsi atau kesadaran. Persepsi perubahan iklim dapat memengaruhi seseorang karena adanya pengalaman negatif yang dirasakan mereka (Ratnamanikka & Adiwena, 2024). Penelitian Zhu et al. (2020) menunjukkan bahwa kekhawatiran masyarakat atas perubahan iklim didorong oleh dampak negatif kabut asap dan cuaca buruk yang dirasakan masyarakat seperti masalah kesehatan dan penurunan pariwisata. Seseorang yang sadar bahwa perubahan iklim dapat membawa konsekuensi negatif akan memunculkan respons takut terhadap perubahan iklim tersebut (Helm et al., 2018).

Kami melihat bahwa, sebagai masyarakat negara berkembang, masyarakat di Indonesia belum sepenuhnya memiliki kesadaran akan permasalahan lingkungan yang terjadi sehari-hari. Laporan Environmental Performance Indeks (Ahdiat, 2022) pada tahun 2022 menunjukkan bahwa Indonesia tergolong buruk dalam pelestarian lingkungan dengan skor sebesar 28.2 dari 100 dan menempati peringkat 22 dari 25 negara di Asia Pasifik. Skor yang rendah ini mengindikasikan bahwa Indonesia masih terlalu memprioritaskan pertumbuhan ekonomi dibandingkan dengan kelestarian lingkungan. Apabila dikaitkan dengan hasil penelitian ini, aspek-aspek yang berhubungan kecemasan lingkungan (yaitu *valence of consequence* dan *spatial distance*) adalah dua aspek yang sangat menggambarkan dampak aktual terhadap kehidupan manusia, terutama dampak secara ekonomi. Valensi perubahan iklim atau kerusakan lingkungan secara langsung berdampak pada kehidupan masyarakat; semakin buruk kerusakan lingkungan atau bencana yang terjadi, semakin besar kerugian yang dirasakan masyarakat. Selain itu, lokasi terjadinya perubahan iklim juga berdampak langsung bagi masyarakat. Semakin dekat lokasi kerusakan lingkungan atau bencana, semakin besar juga kemungkinan masyarakat merasakan kerugiannya.

Analisis tambahan menggunakan variabel demografis menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan kecemasan lingkungan, jenis kelamin, tingkat pendidikan, maupun pekerjaan. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Yaslina dan Yunere (2020) yang menyatakan bahwa tidak terdapat perbedaan kecemasan signifikan apabila ditinjau dari jenis kelamin. Hal ini menarik karena menjadi sinyal bahwa dampak permasalahan lingkungan seperti kecemasan lingkungan bukan merupakan masalah kelompok sosial tertentu, namun menjadi masalah bagi semuanya. Dengan demikian, perhatian dan komitmen seluruh masyarakat dan pemangku kepentingan terhadap isu lingkungan dan dampak-dampaknya harusnya semakin besar pula.

Bagaimanapun, persepsi perubahan iklim sesungguhnya merupakan sesuatu yang baik untuk menggerakkan seseorang agar lebih memperhatikan keadaan lingkungan. Generasi muda yang memiliki persepsi kuat tentang ancaman perubahan iklim mungkin merasa cemas karena kurangnya pengetahuan tentang cara mengatasi masalah tersebut. Oleh karena itu, kami menyarankan kepada berbagai pengambil kebijakan untuk memulai melakukan integrasi pendidikan tentang lingkungan yang berbasis solusi kepada generasi muda. Pendidikan yang berfokus pada solusi dapat meningkatkan efikasi diri dan mengurangi kecemasan, sesuai dengan PMT. Selain itu, untuk mengatasi kecemasan lingkungan, diperlukan program dukungan kesehatan mental yang juga berfokus pada isu lingkungan, sehingga generasi muda dapat terhindar dari kecemasan lingkungan yang mengganggu kesejahteraan mental mereka.

Pada akhirnya, perubahan iklim adalah fakta yang kita semua rasakan pada saat ini. Kecemasan lingkungan yang dirasakan bersamaan dengan perubahan iklim yang terjadi itu hendaknya membuat masyarakat, terutama generasi muda, dapat bersikap lebih peduli pada lingkungan dan mengelola kondisi lingkungan sekitar dengan lebih baik. Kecemasan yang timbul

© The Author(s) 2025. This article is licensed under a Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License.

e-ISSN: 2685-9092
DOI: 10.35747/ph.v7i1.1142
Vol. 7, No. 1, May 2025, 33–42

dari permasalahan lingkungan yang terjadi perlu dikelola dan menjadi energi untuk berbuat sesuatu dan baik bagi lingkungan dan bumi kita.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil yang peneliti peroleh pada penelitian ini, didapatkan hasil bahwa persepsi perubahan iklim memprediksi kecemasan lingkungan pada generasi muda di Indonesia. Penelitian ini menemukan bahwa semakin tinggi persepsi perubahan iklim yang dimiliki oleh seseorang (semakin individu tersebut sadar dengan perubahan iklim yang terjadi), maka akan semakin tinggi pula tingkat kecemasan lingkungan pada seseorang tersebut dan begitu juga sebaliknya. Analisis tambahan menggunakan variabel demografis menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan kecemasan lingkungan, jenis kelamin, tingkat pendidikan, maupun pekerjaan. Hasil analisis tambahan ini menjadi sinyal bahwa kecemasan lingkungan bukan merupakan masalah kelompok sosial tertentu, namun menjadi masalah bagi semuanya. Penelitian ini dapat digunakan sebagai landasan penelitian selanjutnya, karena penelitian tentang persepsi perubahan iklim maupun kecemasan lingkungan masih sangat minim di Indonesia, serta dampak dari perubahan iklim akan sangat mempengaruhi kehidupan kita.

Kontribusi Penulis: BTA berkontribusi dalam *conceptualization*, *methodology*, *investigation*, dan *writing - original draft*. BYA berkontribusi dalam *conceptualization*, *formal analysis*, dan *writing - review and editing*. S berkontribusi dalam *writing - review and editing*.

DAFTAR PUSTAKA

Adiwena, B. Y., & Bramanwidyantari, M. (2024). Climate change perception scale: Adaptation and psychometric properties in the Indonesian context. *Asian Journal of Social Psychology*, *27*(3), 267–278. https://doi.org/10.1111/ajsp.12595

Agatha, J. T. R., Kefi, A. I., Gultom, T. A., Antasya, J. D., Witjaksono, R. N., & Adiwena, B. Y. (2024). Hubungan nature relatedness dan perilaku membuang sampah sembarangan oleh mahasiswa. *Suksma: Jurnal Psikologi Universitas Sanata Dharma*, *5*(2), 123–130. https://doi.org/10.24071/suksma.v5i2.5878

Ahdiat, A. (2022, July 25). *Pelestarian lingkungan Indonesia tergolong buruk di Asia Pasifik*. Databoks. https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2022/07/25/pelestari an-lingkungan-indonesia-tergolong-buruk-di-asia-pasifik

Badan Nasional Penanggulangan Bencana. (2024). *Statistik bencana, korban dan kerusakan menurut waktu*. Data Informasi Bencana Indonesia. https://dibi.bnpb.go.id/statistik_menurut_waktu

Balla, J., & Hagger, M. S. (2025). Protection motivation theory and health behaviour: Conceptual review, discussion of limitations, and recommendations for best practice and future research. *Health Psychology Review*, *19*(1), 145–171. https://doi.org/10.1080/17437199.2024.2413011

Bloodhart, B., Maibach, E., Myers, T., & Zhao, X. (2015). Local climate experts: The influence of local TV weather information on climate change perceptions. *PLoS ONE*, *10*(11), e0141526. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0141526

Brügger, A., Morton, T. A., & Dessai, S. (2015). Hand in hand: Public endorsement of climate change mitigation and adaptation. *PLoS ONE*, *10*(4), e0124843. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0124843

Budziszewska, M., & Jonsson, S. E. (2021). From climate anxiety to climate action: An existential perspective on climate change concerns within psychotherapy. *Journal of Humanistic Psychology*, 0022167821993243. https://doi.org/10.1177/0022167821993243

Card, K. G. (2022, August 11). *Climate change and extreme heat are making us more anxious*. The Conversation. https://theconversation.com/climate-change-and-extreme-heat-are-making-us-more-anxious-187830

© The Author(s) 2025. This article is licensed under a Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License.

Chaerunnissa, F., Putri, S., Nursakinah, L., Arjuna, F., & Djuwita, R. (2020). Waste separation behavior among university students. *Joint Proceedings of the 3rd International Conference on Intervention and Applied Psychology (ICIAP 2019) and the 4th Universitas Indonesia Psychology Symposium for Undergraduate Research (UIPSUR 2019)*, 402–414. https://doi.org/10.2991/assehr.k.201125.034

Clayton, S. (2020). Climate anxiety: Psychological responses to climate change. *Journal of Anxiety Disorders*, *74*, 102263. https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2020.102263

Clayton, S., Devine-Wright, P., Stern, P. C., Whitmarsh, L., Carrico, A., Steg, L., Swim, J., & Bonnes, M. (2015). Psychological research and global climate change. *Nature Climate Change*, *5*(7), 640–646. https://doi.org/10.1038/nclimate2622

Clayton, S., & Karazsia, B. T. (2020). Development and validation of a measure of climate change anxiety. *Journal of Environmental Psychology*, *69*, 101434. https://doi.org/10.1016/j.jenvp.2020.101434

Coffey, Y., Bhullar, N., Durkin, J., Islam, M. S., & Usher, K. (2021). Understanding eco-anxiety: A systematic scoping review of current literature and identified knowledge gaps. *The Journal of Climate Change and Health*, *3*, 100047. https://doi.org/10.1016/j.joclim.2021.100047

Gifford, R. (2011). The dragons of inaction: Psychological barriers that limit climate change mitigation and adaptation. *American Psychologist*, *66*(4), 290–302. https://doi.org/10.1037/a0023566

González-Hernández, D. L., Aguirre-Gamboa, R. A., & Meijles, E. W. (2023). The role of climate change perceptions and sociodemographics on reported mitigation efforts and performance among households in northeastern Mexico. *Environment, Development and Sustainability*, *25*(2), 1853–1875. https://doi.org/10.1007/s10668-021-02093-6

Helm, S. V., Pollitt, A., Barnett, M. A., Curran, M. A., & Craig, Z. R. (2018). Differentiating environmental concern in the context of psychological adaption to climate change. *Global Environmental Change*, *48*, 158–167. https://doi.org/10.1016/j.gloenvcha.2017.11.012

Hickman, C., Marks, E., Pihkala, P., Clayton, S., Lewandowski, R. E., Mayall, E. E., Wray, B., Mellor, C., & Van Susteren, L. (2021). Climate anxiety in children and young people and their beliefs about government responses to climate change: A global survey. *The Lancet Planetary Health*, *5*(12), e863–e873. https://doi.org/10.1016/S2542-5196(21)00278-3

Hogg, T. L., Stanley, S. K., O’Brien, L. V., Wilson, M. S., & Watsford, C. R. (2021). The Hogg Eco-Anxiety Scale: Development and validation of a multidimensional scale. *Global Environmental Change*, *71*, 102391. https://doi.org/10.1016/j.gloenvcha.2021.102391

Intergovernmental Panel on Climate Change. (2023). *Climate change 2021: The physical science basis*. Cambridge University Press. https://doi.org/10.1017/9781009157896

Kelly, A. (2017). *Eco-anxiety at university: Student experiences and academic perspectives on cultivating healthy emotional responses to the climate crisis*. Independent Study Project (ISP) Collection. https://digitalcollections.sit.edu/isp_collection/2642/

Kricorian, K., & Turner, K. (2022). *Climate change and eco-anxiety in the US: Predictors, correlates, and potential solutions*. Public and Global Health. https://doi.org/10.1101/2022.08.28.22279314

Kurth, C., & Pihkala, P. (2022). Eco-anxiety: What it is and why it matters. *Frontiers in Psychology*, *13*, 981814. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.981814

Léger-Goodes, T., Malboeuf-Hurtubise, C., Mastine, T., Généreux, M., Paradis, P.-O., & Camden, C. (2022). Eco-anxiety in children: A scoping review of the mental health impacts of the awareness of climate change. *Frontiers in Psychology*, *13*, 872544. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.872544

Maulana, L. (2024, October 30). *Peduli krisis iklim? Pahami juga risiko mengalami eco-anxiety*. Katadata. https://katadata.co.id/ekonomi-hijau/ekonomi-sirkular/6721b6cb2d0da/peduli-krisis-iklim-pahami-juga-risiko-mengalami-eco-anxiety

Ningrum, R. F., & Suprihatin, T. (2019). Ketakutan akan kegagalan ditinjau dari persepsi terhadap harapan orang tua dan efikasi diri pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi. *Prosiding Konferensi Ilmiah Mahasiswa Unissula (KIMU) 2 Klaster Humaniora*, 304–312. https://jurnal.unissula.ac.id/index.php/kimuhum/article/view/8146

© The Author(s) 2025. This article is licensed under a Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License.

e-ISSN: 2685-9092
DOI: 10.35747/ph.v7i1.1142
Vol. 7, No. 1, May 2025, 33–42

Ojala, M., Cunsolo, A., Ogunbode, C. A., & Middleton, J. (2021). Anxiety, worry, and grief in a time of environmental and climate crisis: A narrative review. *Annual Review of Environment and Resources*, *46*(1), 35–58. https://doi.org/10.1146/annurev-environ-012220-022716

Pihkala, P. (2018). Eco-anxiety, tragedy, and hope: Psychological and spiritual dimensions of climate change. *Zygon: Journal of Religion and Science*, *53*(2), 545–569. https://doi.org/10.1111/zygo.12407

Pihkala, P. (2020). Anxiety and the ecological crisis: An analysis of eco-anxiety and climate anxiety. *Sustainability*, *12*, 7836. https://doi.org/10.3390/su12197836

Pihkala, P. (2021). Eco-anxiety. In C. P. Krieg & R. Toivanen (Eds.), *Situating sustainability: A handbook of contexts and concepts* (pp. 119–133). Helsinki University Press. https://doi.org/10.33134/HUP-14-9

Prabandari, A. I. (2021, November 16). *Mengenal eco-anxiety, ketahui penyebab, gejala, dan cara mengatasinya*. Merdeka. https://www.merdeka.com/jateng/mengenal-eco-anxiety-ketahui-penyebab-gejala-dan-cara-mengatasinya-kln.html

Ratnamanikka, I. P. A., & Adiwena, B. Y. (2024). Peran nature relatedness dan persepsi perubahan iklim terhadap behavioral willingness aktivitas konservasi energi. *Fenomena*, *33*(1), 86–100. https://jurnal.untag-sby.ac.id/index.php/fenomena/article/view/11218

Rinaldi, L., Locati, F., Parolin, L., & Girelli, L. (2017). Distancing the present self from the past and the future: Psychological distance in anxiety and depression. *Quarterly Journal of Experimental Psychology*, *70*(7), 1106–1113. https://doi.org/10.1080/17470218.2016.1271443

Rogers, R. W. (1975). A protection motivation theory of fear appeals and attitude change1. *The Journal of Psychology*, *91*(1), 93–114. https://doi.org/10.1080/00223980.1975.9915803

Rosanti, O. T. (2023, November 27). *Eco-anxiety, kecemasan berlebih akibat krisis lingkungan*. HelloSehat. https://hellosehat.com/mental/gangguan-kecemasan/eco-anxiety/

Shin, Y., Midgley, G. F., Archer, E. R. M., Arneth, A., Barnes, D. K. A., Chan, L., Hashimoto, S., Hoegh-Guldberg, O., Insarov, G., Leadley, P., Levin, L. A., Ngo, H. T., Pandit, R., Pires, A. P. F., Pörtner, H., Rogers, A. D., Scholes, R. J., Settele, J., & Smith, P. (2022). Actions to halt biodiversity loss generally benefit the climate. *Global Change Biology*, *28*(9), 2846–2874. https://doi.org/10.1111/gcb.16109

Stern, D. I., & Kaufmann, R. K. (2014). Anthropogenic and natural causes of climate change. *Climatic Change*, *122*(1–2), 257–269. https://doi.org/10.1007/s10584-013-1007-x

Susetyo, P. D. (2022, April 28). *Kecemasan lingkungan akibat krisis iklim*. Forest Digest. https://www.forestdigest.com/detail/1704/apa-itu-eco-anxiety

Van Valkengoed, A. M., Steg, L., & Perlaviciute, G. (2021). Development and validation of a climate change perceptions scale. *Journal of Environmental Psychology*, *76*, 101652. https://doi.org/10.1016/j.jenvp.2021.101652

Whitmarsh, L., & Capstick, S. (2018). Perceptions of climate change. In S. Clayton & C. Manning (Eds.), *Psychology and climate change: Human perceptions, impacts, and responses* (pp. 13–33). Elsevier. https://doi.org/10.1016/B978-0-12-813130-5.00002-3

Yaslina, & Yunere, F. (2020). Hubungan jenis kelamin, tempat bekerja dan tingkat pendidikan dengan kecemasan perawat dalam menghadapi pandemi Covid-19. *Prosiding Seminar Kesehatan Perintis*, 63–69. https://jurnal.upertis.ac.id/index.php/PSKP/article/view/569

Yayasan Indonesia Cerah. (2020, October 8). *Survei: 97% anak muda yakin dampak krisis iklim lebih parah dibanding Covid-19*. Kumparan. https://kumparan.com/admin-1598935227820428569/survei-97-anak-muda-yakin-dampak-krisis-iklim-lebih-parah-dibanding-covid-19-1uLlUMyaBcG/full

Yu, H., Wang, B., Zhang, Y.-J., Wang, S., & Wei, Y.-M. (2013). Public perception of climate change in China: Results from the questionnaire survey. *Natural Hazards*, *69*(1), 459–472. https://doi.org/10.1007/s11069-013-0711-1

Zhu, W., Yao, N., Guo, Q., & Wang, F. (2020). Public risk perception and willingness to mitigate climate change: City smog as an example. *Environmental Geochemistry and Health*, *42*(3), 881–893. https://doi.org/10.1007/s10653-019-00355-x

© The Author(s) 2025. This article is licensed under a Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License.